



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ

Л. Кош

Комарова А.Б.



МЕНЮ

«__30__» сентября 2020г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Огурец порционно	60,0	0,42	0,06	1,14	3,38
Азу	90	11,90	11,50	12,00	173,51
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05
Чай из ягод	200	0,02	0,08	13,44	56,68
Хлеб "Свежий" пшеничный (нарезной)	25	1,97	0,25	13,28	68,08
Фрукт (нектарин) 1 шт	70	0,95	0,20	23,20	104,00
Стоимость дня					80,00

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Л. Кош*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ _____

Л. Кош

Комарова А.Б.



МЕНЮ

30 сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и сыром	20/6/11	3,91	6,64	9,14	129,1
Каша жидкая молочная гречневая	200/8	6,77	7,25	25,19	250
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб пшеничный резанный	30	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт (яблоко)	200	0,66	0,38	9,84	85
Обед					
Горошек консервированный	50	0,2	6,7	34,8	2,88
Суп с рыбными консервами	250/40	6,1	3,2	17	155
Азу	100	13,52	11,5	4,24	215
Макароны отварные	150	5,82	4,49	37,08	212,15
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	57,28
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	30	1,97	0,25	13,28	56,74
Стоимость дня					189,6

Зав. Столовой *Кош*

Мед. Работник *Л. Кош*